

॥ श्री ॥

ज्ञानांगयोगमूलरहस्य

५५४०

अने

अथ श्री

आनंदनाथ विरचित

अष्टांगयोग मूलरहस्य



प्रासिद्ध कर्ता

मोटामाई मोतीलाल देशाई

हार्डकोर्ट प्लीडर

सुरत.



एम. जे. पोस्टवालाना सुरत खोदाबक्ष प्रेसमां छाप्युं.

संवत् १९५३

॥ શ્રી ॥

જ્ઞાનાંગયોગમૂલરહસ્ય

અને

અથ શ્રી

આનંદનાથ વિરચિત

અષ્ટાંગયોગ મૂલરહસ્ય



પ્રસિદ્ધ કર્તા

મોટાભાઈ મોતીલાલ દેશાઈ

હાઈકોર્ટ પ્લીડર

સુરત.



પ્રમ. જે. પોસ્ટવાલાના સુરત લોદાવક્ષ પ્રેસમાં છાપ્યું.

—.—.—

સંવત ૧૯૫૩

પ્રસ્તાવના (પૂર્વપિઠીકા.)

હાલમાં તત્ત્વજ્ઞાનપર કેટલાએક ગ્રંથો બહાર પડી ચુક્યા છે અને અઘાપિ પર્યંત પડતા જાય છે. પરંતુ નહીં જરૂર છતાં પ્રસ્તાવના લખવાનો મારો મુખ્ય હેતુ નીચે પ્રમાણેનો છે.

સંવત ૧૯૩૪ના ભાદરવા શુદ્ધ ચતુર્દશીને દિને મારે ત્યાં એક પુત્ર પ્રસવ થયો હતો જેનું નામ અર્જુનલાલ રાખ્યું હતું તે આ દુનિયાના માત્ર સ્વર્ગ સમાન સુખદુઃખનો ભોગી થઈ ૧૮ વર્ષની કુમળી વયે સંવત ૧૯૫૨ના ફાગણ વદ ચતુર્દશીને ભુવુવારે પરલોક વાસી થયો, તેના સ્મરણર્થે આ ગ્રંથ બહાર પાડ્યો છે.

તો મારા પ્રેમી ખંધુઓ ! આપ જ તેનો શુદ્ધ અંતકરણથી સ્વીકાર કરશો તો હું આ મારો હૃદય શ્રમ સાકલ્ય થયો એમ માનીશ.

જ્ઞાનાંગયોગમૂલરહસ્ય

॥ નમનનોશ્લોક ॥

॥ પ્રારંભઃ ॥

સાર્થમંત્ર લીખ્યતે

॥ ૐ સોહંપરબ્રહ્મપરમાત્મનેનમઃ ॥

આ મંત્રના પદોના અર્થ.

ઓમ “નાદબ્રહ્મ” “સોહ” “તેજે બ્રહ્મહું” “પર” “આત્મા” બ્રહ્મ
વ્યાપીને રહેલો” “પરમ” “મોટો” “આત્મને” “મારે ઠેકાણું” “હંસઃ” છે
તે તું કરણું” “નમઃ” “નમસ્કાર.”

અર્થ

નાદ બ્રહ્મ તે હું છું. આત્માશ્રી સર્વને વ્યાપી રહેલો જે તે મોટો એવો
મારા વિષે છે તેને તું કરણું મારા સાષ્ટાંગે નમસ્કાર છે.

— ❧ ❧ ❧ ❧ ❧ —

કોઈ એક દાહાડાને વિષે શ્રી ગુરૂ ભૈરવનાથ આનંદમાં બેઠા હતા. તે
વેળાએ આનંદનાથે હાથ બેઠીને નમ્ર વચનથી શ્રી ગુરૂનાથજીની પ્રાર્થના
કરી કહ્યું કે માહારાજ, હું દીન ઉપર કૃપા કરી અષ્ટાદશ અંગ સહીત જ્ઞાન-
યોગ મને કહો કે જેના થકિ હું સ્વાત્મ દર્શનમાં તૃપ્ત રહીશ. આજ, મહારી
શ્રી ગુરૂનાથજીના ચરણ પાસે વિનંતી છે. એમ બોલી આનંદનાથ શ્રી ગુરૂ
ભૈરવનાથજીના ચરણ કમલને વિષે, સાષ્ટાંગે નમસ્કાર કરી, હાથ બેઠીને
હ્રીં રહ્યા.

પૂર્વે શ્રીમત્સત ગુરૂ આદીનાથના જે શિષ્ય મત્સેન્દ્રનાથ, જે થઈ ગયા,
તે મત્સેન્દ્રનાથે નમ્ર થઈ જ્ઞાનયોગ પ્રાપ્તિના હેતુથી, શ્રી ગુરૂ આદીનાથના
વિષે વિનંતી કરી, તે વેળાએ શ્રી આદીનાથે મત્સેન્દ્રનાથને જ્ઞાનયોગનું કથન
કયું. ભારબાદ આ જ્ઞાનયોગનું મત્સેન્દ્રનાથે પોતાના શિષ્ય ગોરક્ષનાથને કથન
કયું; ગોરક્ષનાથે આ યોગ સંહુ કાળ સુધી ગુરૂ સમ્પ્રદાયે હતો. એક વખતને
વિષે ગોરક્ષનાથ ફરતા ફરતા કાશ્મિર દેશને વિષે આવ્યા; ત્યાંનો રાજા
ભવદેવ હતો. એ ભવદેવ ઉપર ગોરક્ષે કૃપા કરીને અલગ અલગ કયો.

પક્ષી ભવદેવ રાજનું નામ “ભૈરવનાથ પાડ્યું.” જેવા આપણા પૂર્વ જન્મના સંસ્કાર હોય છે તેવી શ્રી ગુરૂ નાથજીની કૃપા થાય છે, શ્રી ગુરૂ નાથજીની કૃપા થઈ એટલે પ્રત્યક્ષ તથા પરોક્ષ તથા વિવેક એવા જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. આ કારણે શ્રી ગુરૂ નાથજીની ભક્તિ મૂખ્યત્વે કરીને હોવી જોઈએ, તોજ આ પ્રાણીને પરાવરની પ્રાપ્તિ થાય.

ત્યાર બાદ ગોરક્ષનાથે આ જ્ઞાનયોગનું ભૈરવનાથને વિષે કથન કર્યું. શ્રી ગુરૂ ભૈરવનાથે આનંદનાથને કથન કર્યું. એજ યોગનો કૈલાશ શિખરના વિષે શ્રી શંકરજીએ દત્તાત્રીને ઉપદેશ કર્યો.

શ્રી ગુરૂ ભૈરવનાથ કહેતા હતા—કોઈ એક દિવસને વિષે શ્રી દત્તાત્રી દત્તાગિરી ઉપર આનંદમાં બેઠા હતા. તે વેળાએ સર્વે શિષ્યોએ મળી હાથ જોડી નમ્ર વચનથી પ્રાર્થના કરી જે, હે માહારાજ, હમારા ઉપર કૃપા કરીને પ્રયત્ન કર્યા વગર અલ્પ સાધનથી, શીઘ્ર સ્વરૂપના વિષે લીનતા થઈને ઉનમની અવસ્થા પ્રાપ્ત થાએ એવું જ્ઞાનામૃત હમેને કથન કરો. એ જ્ઞાનામૃત અમો શ્રવણ દ્વારથી પાન કરીને સ્વાત્મ દર્શન વિષે તૃપ્ત રહીશું. એજ પ્રાર્થના છે. એમ બોલી બધાએ મળીને શ્રી ગુરૂ દત્તાત્રીને સાષ્ટાંગે નમસ્કાર કરી હાથ જોડીને “ઓમ્ પરબ્રહ્મ પરમાત્મનો નમઃ હસઃ” આ મંત્રનો મુખથી ઉચ્ચાર કરતા ઉભા રહ્યા. આ શ્રી ગુરૂ દત્તાત્રીએ અવલોકન કર્યું અને પોતે દયાધણ હોવાથી ભક્તજનન ઉપર અનુગ્રહ કરવો એવા હેતુથી કહેવાને પ્રારંભ કરતા હતા.

દત્તાત્રી કહે છે,—હે શિષ્ય પૂર્વે કૈલાશ શિખરના વિષે ફરતો ફરતો હું ગયો હતો. ત્યાં શ્રી યોગ ચક્રવર્તિ શંકરજી પાર્વતી સહિત બેઠા હતા. મેં તેમને જોઈને સાષ્ટાંગ નમસ્કાર કર્યો; વળી હાથ જોડી તેમના આગળ ઉભો રહ્યો ને મ્હોંમાંથી “ઓમ્ નમઃ શિવાય” એવું શ્રીનું સ્તવન કરવા લાગ્યો, તે વેળાએ શંકરજી પ્રસન્ન થઈ—‘માગ માગ’ એમ બોલ્યા.

॥ ૐ નમઃ શિવાય ॥

અર્થ

અકાર ઉકાર, મકાર, અકાર એટલે ‘તમ’ ઉકાર એટલે ‘રજ’ મકાર એટલે ‘સત્વ,’ રજ એ બ્રહ્મા; સત્વ એ વિષ્ણુ; તમ એ શંકર; એ ત્રણે ગુણથી આ શરીર બધાયલું છે. આ ત્રણે પ્રકૃતિને ચાલન કરવા વાળી એ એટલે સદ, ધ એટલે વાંસના, એવી સદ વાંસના; “એ,” અને “ધ,” વડે અર્ધ માતૃકા થાય છે; એ માતૃકા મળીને એક ઓમકાર રૂપી દેહ એવા ત્રણ ગુણ વિષે આલ્મ્ય શિવ છે. (એટલે મંગલદાયક આત્મા છે) એ શિવના વિષે નમસ્કાર કરે છું.

શ્રી શંકરજીનો વર્દ પ્રસાદ સાંભળીને હું નમ્ર વચને કરીને બોલ્યો હે, માહારાજ, આ મૃત્યુલોકના વિશે નાના પ્રકારના તીર્થે ફર્યો, ત્યાંહાં યોગીજન નાના તરેહની તપશ્ચર્યા કરે છે. વાતાંબુ, વરશ્ચુ, ધુમ્રપાન, નિરાહાર,

ફળાહાર દુધાહાર, નાગા, મુની, જટાધારી, ઉર્ધ્વબાહુ તથા ઉભા રહી તપ કરનારા, યગ્નિ યમાદિ કરીને અષ્ટાંગ યોગ કરવાવાળા, તથા નવ વીધાભક્તિ, એવા ઘણીએક તરેહના કષ્ટ કરે છે. તથાપિ જીવન મુક્ત અવસ્થા (તૂર્ય ભૂમિકા) પ્રાપ્ત થતી નથી, તે ભૂમિકા પ્રાપ્ત થવા માટે એવા કષ્ટ કરે છે. માટે હે સ્વામી, જે યોગ વડે સેહેજે તે યોગ પ્રાપ્ત થાય તેવો યોગ મને કૃપા કરીને કહે—

એવું ભાષણ સાંભળી શ્રી શંકરજી બોલ્યા—હે દત્તાત્રી યોગી રાજ તને ધન્ય છે. પરોપકારના કારણથી તેં પ્રશ્ન કર્યો છે, માટે તને કહું છું તે સાંભળ. શરીરને કષ્ટ આપ્યા વગર અનાયાસે શિષ્ય થનારી જે સમાધી તેને સેહેજ સમાધી કહે છે. આ સમાધીમાં લીન થયો એટલે નામ રૂપાત્મક એવું જે કલ્પનીક જગત તેના વિશે જેમ જેમ માણસ આત્મનિષ્ઠાનું અત્યંત બળ રાખી જાના દ્વારે પ્રપચિત વૃત્તિ વિસ્મરણ કરે છે તેમ તેમ તે માણસની, મેહેનત વગર, મનની વૃત્તિ પ્રહ્લના વિષે સ્થિત થઈ જાય છે; તે ફરીથી ત્યાંહાંથી બાહર નીકળતી નથી. કારણ તે પરોક્ષ રીતેથી એવું જાણે છે કે આ સર્વે જગત અનિત્ય તથા અસાર છે. વાસ્તે પ્રહ્લરૂપ અમૃતનો સાગર છોડીને વિષમક આમોઝીયા તરફ કેમ દોડવું? જે વેળા એવી સદ્રઢ વૃત્તિ થાય છે, તે વેળાએ પ્રત્યેક કામ કરતી વખતે યોગીને સેહેજ સમાધી થાય છે. કહે કહે વખતે તેની એવી સ્થિતી થાય છે કે—બોલાવાનો પ્રયત્ન કરવા છતાં તેનાથી એકદમ બોલાતું નથી. તેની બધી વાંસનાઓની પૂરી સમાપ્તિ થઈ મન સદા કાળ નિજનંદમાં રહે છે. આ સમાધીના અભ્યાસે કરીને મન એટલું તરલીન થાય છે કે કોઈ કોઈ વેળાએ સર્વે ઈંદ્રીઓ સહિત અંતઃકરણ અંતરગત થઈ સન્મુખ થાય છે તે વેળાએ આજીવન બાળુની સ્થિતીનું કોઈ પ્રકારે કાંઈ પણ બાન રહેતું નથી. દશે ઈંદ્રિયોના દશ વિષયો જે વેળાએ સ્થિર થાય છે, તે વેળાએ ઈંદ્રિયો પોતપોતાને ઠેકાણે પોત પોતાના વિષયની અપ્રીતિ કરે છે, તેજ વેળાએ સેહેજ સમાધી થવા માંડે છે (આ વિષય શૂન્ય સ્થિતીનેજ નૈમીષારણ્ય કહે છે.) પણ એમાં જ્યારે કદાચીત વાંસનાઓ રહેલી હોય ત્યારે સંસારનો (એટલે જન્મ મરણનો) શૂંભ ભાસ દીશે છે. જે કોઈ સ્ત્રી અથવા પુરૂષ પ્રતિ દીવશે ઈંદ્રિયો તથા અંતઃકરણની જે વાંસનાઓ છે તેનું નિરમૂળ કરવા માંડશે, તે સેહેજ સમાધીને પાત્ર થઈ શકશે. નાના પ્રકારની કલ્પનાઓની પૂર્ણ સમાપ્તિ થઈ એટલે મનની તથા દેહની આનંદદાયક સ્થિતી થાય છે. આ સમાધીનો અભ્યાસ કરવાવાળો યોગી મનથી ઉત્પન્ન થતી કલ્પનાનો નાશ કરતાં શીખે છે. એવા યોગી અથવા યોગણુ એકાંત બેશીને મનની ચચગતાનો નાશ કરવાના હેતુથી ઉપવાસાદિકે તથા જપ તપાદિકે કરીને મનને સાવધાન કરે છે. આ સમાધીમાં પરીપક્વ થએલો યોગી અક્ષાઈ (સર્વકાળ) વાંસના રહિત આનંદમય રહે છે. આ સમાધીનો નાશ કરવાવાળો છજણાં છે તે, ૧ કામ, ૨ ક્રોધ, ૩ લોભ, ૪ મોહ, ૫ દંભ તથા ૬ અહંકાર. આ છએ પ્રકાર

યોગી લોકોના શત્રુ છે. તે માટે આ છ શત્રુઓને યોગી લોકે મોટા પ્રયત્નથી જીતવા જોઈએ અને તેજ પ્રમાણે ૧ ભૂખ, ૨ તરસ, ૩ તાલાડ, ૪ તાડકો, ૫ વરસાદ તથા ૬ ઉંઘ આ છ પ્રકાર અવશ્ય કરી જીતવા જોઈએ. આ જ્ઞાનયોગના અઢાડ અંગ છે. ૧ યમ, ૨ નિયમ, ૩ ત્યાગ, ૪ ધ્યાન, ૫ દેશ ૬ કાળ, ૭ આરામ, ૮ મૂળબંધ, ૯ દેહસામ્ય, ૧૦ દ્રગસ્થિતી, ૧૧ પ્રાણ સંયમન, ૧૨ પ્રત્યાહાર, ૧૩ ધારણા, ૧૪ આત્મધ્યાન, ૧૫ મર્વસાર, ૧૬ પડ મુખી, ૧૭ લવપ્રકાર, ૧૮ સમાધી આ અઢાડ અંગ થયા.

॥ ધૂર્મુવસ્વઃ ॥

અર્થ

૧ યમ:—પૃથ્વી તથા મૃત્યુ તથા સ્વર્ગ એથી જીવનું શરીર બંધામલું છે તે આકાશાદિક બ્રહ્મને શરીર પર્યંત લઇએ તે જગત છે. તે મિથ્યા માનીને એક બ્રહ્મ સત્ય છે એવો નિશ્ચય કરી મન સહીત અગીઆર ઇંદ્રિ છે, તે ઇંદ્રિયોના વિષયોને નિયમીત કરીને નિયમથી રહેવું (વિષયમાં દોષ છે, વિનાશ છે, એવો દોષ જાણીને વિષયથી ઇંદ્રિયોની નિવૃત્તિ કરવી) એનું નામ યમ કહેવાય છે. કેવળ અહિંસાદિક કહેલો છે, તેથી પૂર્ણ યમ થતો નથી. તે વાસ્તે ઉપર જે યમ કહેલો છે એનો વારે વારે અભ્યાસ કરવો.

॥ તત્સત્ત્વિત્ ॥

અર્થ

૨ નિયમ:—તે સત્ય સ્વરૂપ જાણવા યોગ્ય એવો નિયમિત કરેલો જો જાતિય તથા વીજાતિય એવો બે પ્રકારનો અંતઃકર્ણ વૃત્તિનો પ્રવાહ છે. પ્રત્યેક આત્માથી ભિન્ન એવું જે બ્રહ્માકાર તે અખંડ વૃત્તિનો પ્રવાહ એજ સજ્જાતિય વૃત્તિ છે. એ વૃત્તિને ગ્રહણ કરવી. હવે વીજાતિય વૃત્તિ એટલે બ્રહ્મ થકી ભિન્ન સકળ પ્રપંચ છે. આ પ્રપંચનો સંસ્કાર પહેલાંથીજ છે. એ પ્રપંચથી જીતપન્ન થયેલી જે પ્રપંચાકાર વૃત્તિ તેજ વીજાતિય વૃત્તિ છે. પ્રપંચાકાર વૃત્તિ મધ્યે ઘણો દોષ છે એવું સમજીને પ્રપંચાકાર વૃત્તિનો ત્યાગ કરવો એનું નામ નિયમ છે. કેવળ, સૌઆદિ ક્રિયાથી પૂર્ણ નિયમ થતો નથી.

॥ વરેણ્યં ॥

અર્થ

૩ ત્યાગ:—એક આત્મા શ્રેષ્ઠ છે તે વગર બીજી સર્વ મિથ્યા છે. દેવ, મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, કીટક, પીશાચ, જળચર, ઘટ, પટ ઇત્યાદિ સર્વ પ્રપંચીય છે, તે નામ તથા રૂપ વડે વ્યવહારાદિ માય છે. તે સર્વ પ્રપંચને આધીન છે, જે ચૈતન્ય બ્રહ્મ સ્વયં પ્રકાશીત છે તેને સમજીને

જગતનો ત્યાગ કરવો. જગત સત્ય છે એ ખુદ્દિનો ત્યાગ કરવો; એનું નામ ત્યાગ કહેવાય છે. મોટા પુરૂષને આ ત્યાગ પૂજનીય છે, એવા ત્યાગનું બ્યારે અનુદાન થાય છે ત્યારે મોક્ષમય પરમાનંદ રૂપી અવસ્થા બને છે. આત્મવેત્તા પુરૂષને આ ત્યાગ ઇષ્ટ છે. વળી તે કરતાં મુમુક્ષુ પુરૂષને તો આ કહેલા ત્યાગનો અભ્યાસ કરવો એ અવગ્ય છે. જગતમાં આસ્તી, ભાતી, પ્રીય એ પ્રકારનું જે આત્મરૂપ છે તેજ આત્મ સત્ય છે. આ સત્ય ગ્રહણ કરવું અને મિથ્યા પ્રપંચિત જગત છે તે મિથ્યારૂપનો ત્યાગ કરવો એનું નામ ત્યાગ છે.

॥ મર્ગોદેવસ્ય ॥

અર્થ

૪ મૌન્ય—ચંદ્રિરૂપી જડ દેહને ચલન વલન આપવાવાળો સ્થાવર જંગમાત્મકમાં આત્મા છે તેના તેજ વડે ત્રૈલોક્ય ભરેલું છે. એવો સર્વ સાક્ષી અંતરાત્મા મન તથા વાણીથી જાણવામાં આવતો નથી. મનથી તથા વાણીથી આત્મા અગમ્ય છે. માટે એ મૌન્ય કહેવાય છે. આત્મસ્વરૂપ, નામ જિગ્ચારણથી અથવા નામ મંત્રના જપથી જડતો નથી. પણ યોગી લોકોને તેનું ગમ્ય છે. આધ્યાત્મ યોગમાં જે યોગી પ્રવર્તે છે તે યોગીને જ્ઞાન વડે કરીને આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. એવું જે બ્રહ્મ, તે 'બ્રહ્મ હું છું' એવો અભ્યાસ કરવો; અને એનું નામ મૌન્ય છે. 'બ્રહ્મ એ પણ કાંઈ વાણીનો વિષય નથી કેમકે તે જાતી ક્રિયાદિકથી રહિત છે. એજ પ્રમાણે આ પ્રપંચ પણ વાણીનો વિષય નથી. તો ખરો અથવા મોટો કહેવાતો નથી. જગત છે તે પણ વાણીને વિષય નથી કારણકે એમ જે કહીએ છીએ તો તેમાં પણ વાદવિવાદ ધણા છે માટે તે વાદથી મૌન્ય રહેવું એનું નામ મૌન્ય છે. આવું મૌન્ય છે એ મૌન્ય સત્પુરૂષને વિષે સહેજે સ્થિત તથા પ્રસિધ્ધ છે. વળી વાચાથી ધણું મોઢાય એવું નથી.

॥ ધીમહી ॥

અર્થ

૫ દેશ—જેની ખુધ્ધ સપ્તપ્રાંત ભૂમીના વિષે પામી છે એવા યોગીને જગત વિષે આત્મા આદીમાં નથી, મધ્યમાં નથી, અંતમાં નથી. તે પ્રમાણે આત્માને પણ આદ, મધ્ય, અંત એ કાંઈજ નથી. જેવા જતાં આત્મ વડે કરીને બધો પ્રપંચ ભરેલો છે, એ અનુભવ શિધ્ધ છે એવું સમજી એવી સ્થિતિમાં રહેવું એજ નિર્જેન દેશ છે. કેવળ જીવડમાં રહેવું એ નિર્જેન દેશ નથી.

॥ ધીયો યોનઃ ॥

અર્થ

૬ કાળ—બ્રહ્મ વિદ્યાથીજ આ સૃષ્ટિની ગણનાં છે. કારણ બ્રહ્મથી ઇંદ્રાદિક દેવતાઓ આદિ લઈને સર્વ પ્રાણી માત્રની કાલથી ગણના

થાય છે. આ આત્મા એજ કારણસર વડે કાળ કહેવાય છે. ક્ષણે ક્ષણે કરીને આયુષનો નાશ કરવો, ત્યાં લાપન્ન કરવું તથા પાળવું એ 'બ્રહ્મ' બુદ્ધિનો આધાર છે તે મોઘ વડે કાળ પણ અખંડાનંદ અદ્વય બ્રહ્મ છે. આ પ્રમાણે બ્રહ્મથી કાળ સુધી નથી એવું સમજવું તેહનું નામ કાળ સાધન છે.

॥ ધીરો યોગઃ ॥

અર્થ

૭ આસન—સ્થિર બુદ્ધિ વડે કરીને સુખેથી સ્થિત રહેવું એ આસન થાય છે. આ પણ એક બ્રહ્મ ચિંતન છે. હેને આભિપ્રાય હોવો છે કે બ્રહ્મ ચિંતનરૂપી આશ્રય સહિત રહેવું એજ આસનનું સાધન છે. કેવળ વ્યાધાંખર, મૃગાજલ, કળાસાદિક એવા આસનો ઉપર બેસવું તે આસન નથી. બ્રહ્મ છે તે સર્વ કાળ સિદ્ધ છે અને વળી એ પ્રપન્ચની પણ આદિ છે; તથા વિશ્વનું પણ અધિષ્ઠાન છે. અવસ્થા થકી રહિત છે. “અજ” ‘અવ્યય છે’ એવો આત્મા તેના સ્વરૂપને વિષે બાળીને સિદ્ધ પુરૂષ એવા આસન ઉપર રહે છે તે માટે બ્રહ્મ એજ શિધ્ધાસન છે. એ મૂખ્ય આસન બાળવું.

॥ મત્તોદયાત્ ॥

અર્થ

૮ મૂળબંધ—સંસાર એટલે જન્મ મરણ એનું મૂળ છે તેજ ચિત્તનું બંધન કરવાવાળું અજ્ઞાન છે. એવા જ્ઞાનનો જે આશ્રય તેનું તે (જન્મ મરણ) સ્વરૂપ છે. (અજ્ઞાનની સ્વતંત્ર સત્તા નથી) એવું જે સર્વનું આશ્રય રૂપી બ્રહ્મ છે તેજ મૂળબંધ થાય છે. એનું અક્ષય સર્વ કાળ સેવન કરવું એજ જ્ઞાનયોગવાળા યોગીએને યોગ્ય છે. તે જ્ઞાનયોગના લક્ષણ એવા છે કે જેનું ચિત્ત વ્યવહારને વિષે વિશ્લેષ પામતું નથી એવો જિત્તમ યોગ કરવાવાળાએ જ્ઞાન યોગે નિશ્ચય કર્યો છે. એવા લક્ષણથી યુક્ત જે યોગી છે તેનેજ જ્ઞાનયોગી કહે છે. એવા યોગીને મૂળબંધ એટલે બ્રહ્મ બાળવા યોગ્ય છે. આવી રીતે સર્વનું અધિષ્ઠાન જે બ્રહ્મ તેજ મૂળબંધ છે.

॥ ॐ મૂર્ધુવઃસ્વ ॥

અર્થ

૯ દેહ શામ્ય—સમ એજ બ્રહ્મ છે, તેના વિષે આંગાકદિ સર્વ હેલિપત છે. તેને આંગાદિકનો સ્વભાવ વીશમ છે. એ પ્રકારે સમજીને સમ દ્રષ્ટીથી સમતા બાળવી. કારણકે અધિષ્ઠાન મધ્યે અધ્યસ્થ જે વસ્તુ છે તે અધિષ્ઠાનના જ્ઞાનથી અધિષ્ઠાનમાંજ લય થાય છે. આ પ્રમાણે બ્રહ્મને

વિષે અધ્યક્ષ જે અંગાદિક છે તે બ્રહ્મના જ્ઞાનથી બ્રહ્મમાંજ લય પામે છે એવું જે સમજવું તેનું નામ દેહશામ્ય સાધન થાય છે. વળી બ્રહ્મને અંગાદિક વિષમ છે. તે તેનાથી જુદુ છે એવું ગણ્યું તોપણ અધિષ્ઠાન મધ્યે આત્મ લીન થતો નથી.

॥ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ॥

અર્થ

૧૦ દૃગ્સ્થિત—અંતઃકર્ણની વૃત્તિઓથી અખંડ બ્રહ્માકારના યોગે કરીને અખીલ વિશ્વને બ્રહ્મમય જ્ઞેવું, એવી જે વૃત્તિ છે તેનેજ સ્થિર દ્રષ્ટી કહે છે. કેવળ નાસીકાચ દ્રષ્ટી સ્થિર કરવી તેને સ્થિર દ્રષ્ટી ન સમજવી. દ્રષ્ટી, દર્શન દ્રશ્ય, આ ત્રણે ત્રિપૂટી કહેવાય છે. વળી જે ઠેકાણે ત્રિપૂટીનો લય થાય છે, તે ઠેકાણે બ્રહ્મ વૃત્તિથી દ્રષ્ટી રાખવી, એનું નામ સ્થિર દ્રષ્ટી કહેવાય છે.

॥ ભર્ગોદેવસ્યધીમહી ॥

અર્થ

૧૧ પ્રાણુ સયમન—સંકલ્પ વિકલ્પાદિક જે અંતઃકર્ણની વૃત્તિઓ છે, તે વૃત્તિને ઠેકાણે બ્રહ્મ ભાવના કરી સર્વ વૃત્તિઓને રોકવી તેને પ્રાણુ-યામ કહે છે. કારણ પ્રાણુ જે છે તે મનને સ્વાધીન છે તે માટે મનને રોકવાથી પ્રાણુ પણ રોકાય છે. એ વાસ્તે મનોવૃત્તિ રોકવી જોઈએ. “યોગ શ્ચિત્ત વૃત્તિ નિરોધઃ” એવી ચિત્ત વૃત્તિને નિરોધ કરવી. એને પ્રાણુયામ કહે છે. આનાત્મા જે પદાર્થ છે તેનો નિરોધ કરવો એનું નામ રેચક કહેવાય છે. હું બ્રહ્મ છું એવી વૃત્તિ ધારણ કરવી એનું નામ પૂરક કહેવાય છે. અખંડાકાર સ્વરૂપ તે બ્રહ્મ હું છું એવી નિશ્ચળપણાની વૃત્તિને ધારણ કરવી એનું નામ કુંભક કહેવાય છે. રેચક, પૂરક, કુંભક એવા વિભાગે કરીને પ્રાણુયામ કથન કર્યું છે. એના અધિકારી એજ છે કે જેની અસંભાવના, વિપરીત ભાવના, આદિકરીને સંશયની નીવૃત્તિ થયલી છે તથા જેને નિઃસંદેહ પ્રરોક્ષ જ્ઞાન થયું છે એવા અધિકારી છે તેમનેજ આ ઉપર કહેલા પ્રાણુયામનો અધિકાર છે. વળી એથી જે ઉતરતા પગીથીઆના હશે તેમને નસ્કારાના પડ દાખીને પ્રાણુયામ કરવાનો અધિકાર છે.

॥ ધીયોયોનમ્પ્રચોદયાત્ ॥

અર્થ

૧૨ પ્રત્યાહાર—શબ્દાદિક વિષયોને ઠેકાણે અથવા ઘટપટાદિક પદ-યોને ઠેકાણે સત્તા, સ્ફુરતા, પ્રીયરૂપતા, એ સર્વે એક આત્માજ છે એવું સમ-

જીને નામરૂપ ક્રિયાથી રહિત, આત્મ સ્વરૂપ ભાવનાના યોગે કરીને, મનને આત્મસ્વરૂપને ઠેકાણે સ્થિર રાખવું અને એ પ્રમાણે ચિત્તને વશ કરી રાખવું ('યોગશ્ચ ચિત્ત વૃત્તિ નિરોધ') એવો અભ્યાસ કરવો એનું નામ પ્રત્યાહાર છે.

॥ સ્વઃ ભુવઃ મૂઃૐ ॥

અર્થ

૧૩ ધારણા—સ્વર્ગ મૃત્યુ પાતાળ તથા અકાર, ઉકાર, મકાર. અર્ધ માતૃકાદિ પદાર્થને ઠેકાણે મન જાય છે તે તે પદાર્થને વિષે-સત્તા સ્ફુરતા પ્રીયરૂપતા એ સર્વ બ્રહ્મ છે, તથા નામ રૂપ એ મિથ્યા છે. આ પ્રમાણે મિથ્યાની ઉપેક્ષા પૂર્વક સત્ય જે આત્મા તેના દર્શન તથા તેનું અનુસંધાન કરવું એનુંજ નામ ધારણા થાય છે. વળી ષડયકાદિકને ઠેકાણે મનની ધારણા કરવી આ પ્રથમારંભ કરવાવાળાને જોઈએ. એની જુકિત આગળ સોળ તથા સત્તરમાં અંગમાં કીધી છે. આજ્ઞાનીને તે અનુભવ સિદ્ધ છે.

॥ ૐ ॥

અર્થ

૧૪ ધ્યાન—હું દેહી છું એવી સ્ફુરણાથી રહિત, હું બ્રહ્મ છું એવી અખંડાકાર વૃત્તિની નિશ્ચળતાથી નાદ બિંદુકલાતિત શુદ્ધ નિર્મળ જે સ્વરૂપ છે, તે સ્વરૂપને જ્ઞાનવાન પુરૂષ ધ્યાન કહે છે. આ વૃત્તિ પરમાનંદ-ને આપવા વાળી છે.

॥ નાહ પદાર્થ ન મે પદાર્થ મિતિ ભાવીતે રાગદ્વેષાદિરહિત
ચિત્તં નિર્વાત દીપવદાચલં ॥

૧૫ શર્વશાર—હે દત્તાત્રી ચાર વેદ છ, શાસ્ત્ર અઠાડ પુરાણ, આ સર્વે પોતપોતાનું મત એવે છે, તે વડે કરી ચિત્તના વિષે બ્રાંતિ ઉત્પન્ન થાય છે. તે કારણથી દૃઢતા રહેતી નથી. દૃઢતા ન રહ્યાથી ચિત્ત ને ચંચળતા પ્રાપ્ત છે. એ વાસ્તે કંઈપણ શિદ્ધિ પામે એવું તથા સૌખ્યકારક એક આસન સાધ્ય કરી લઈ સાધકે આ દેહનો અહંકાર છોડી દઈ નિષ્કામ તથા નિષ્પ્રપંચ ચુકત હું સર્વ ઠેકાણે છું એવું ચિ-ત્તને વિષે લાવી નાદ તથા બિંદુને જીતવું. નાદના વિક્ષેપથી લયનો દ્વક્ષેપ થાય છે. બિંદુના વિક્ષેપથી તેજ રહિત થાય છે, માટે એકનું સાધન રાખવું. નાદમાં સુક્ષ્મ રીતે લક્ષ ચોંટાડતાં રહેવું. તે વડે કરીને મન સ્થિર થાય છે. મન સ્થિર થયું કે પ્રાણ સ્થિર થાય છે. પ્રાણ સ્થિર થયો એટલે પરમાનંદ (તૂંચ ભૂમિકા) પ્રાપ્ત થાય છે. તે કારણે મન સ્થિર કરવાનો જે બિંદુજય તથા નાદ લય થાય એવા ઉપાયની યોજના કરવી. વેદપાઠી કર્મ માર્ગ કહે છે,

શાસ્ત્રો વ્યવહાર કહે છે, વૈષ્ણવ વિષ્ણુને સ્થાપિત કરે છે, શૈવ શિવજીને માને છે, ગણપત્ય ગણપતિને મોટો કહે છે, શાકત શકિતનું વર્ણન કરે છે, શૌર સુરજની ઉપાસના કરે છે, કાવડીઆ તીર્થ તથા ક્ષેત્રનું માહાત્મ્ય કહે છે,—કોઈક-ખંડેરાવ, ભૈરવ, યશાધમેશાધ, જોડીંગ, મુન્યા, પૈતાળ, હનુમાન, રાણશટવી, જરીમા, મરીમાતા, ઝાંપડી, શીકાતયા, ચુડેલ, લાલખાધ, કુલખાધ, નરશીંગો, જંગમ, જતી, સંન્યાસી, ફકીર, બ્રાહ્મણ, એ છ જણા પોતપોતાના મત હાંક્યા કરે છે. એ વગર બીજી ચરણ વરણ પોતપોતાના મતને મૂખ્ય જાણીને સ્થાપન કરે છે. પણ ચિત્તને વિશે સ્થિરતા આપવાવાળું એક પણ મત નથી. સર્વે ઉન્મત્ત છે. ત્યારે વિદેહ મુકુતિ (તૂર્વ ભૂમિકા) ક્યાંથી પ્રાપ્ત થાય ? આ આત્મા સર્વે ઠેકાણે અંતર તથા બાહ્ય સરખો ભરેલો છે. આ ઉપર કહેલા સર્વે મત તથા સર્વે સાધનો બ્રાંતિરૂપ મોહાદિકતુ આવરણ છે (અજ્ઞાન છે). અધિકાધિક આશા તૃષ્ણાદિક વિકારોને વધારનાર છે. માટે હુંજ સર્વ છું. મુજ વગર કાંઈ પણ પદાર્થ નથી તેમ હું પણ કાંઈ પદાર્થ નથી એવું છતાં જગત આત્માને ઓળખતું નથી—હે દત્તાત્રી ! આત્મસાધન એ સહ સાધન કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. જેના હૃદયનાં વિષેની માયાવી શ્રાંઠો છુટી ગઈ છે તેના સર્વે પ્રપંચરૂપી સંશય દુર થયા છે.

“ભિચરેતે હૃદયગ્રંથી લિચરેતે સર્વ સંશયઃ” માટે એક નિશ્ચય રાખીને પ્રીતિ તથા દ્રેષ રહિત થઈ ચિત્તને નિર્વાત રાખવું. જેમ જ્યાં વાયુ ન હોય તે જગ્યા ઉપર દીવો અચળ રહે છે. તેમ ચિત્તને અચળ રાખી એક નિષ્ઠાથી વખતે વખત સાચવીને આવે તે વિધનને ન ગાંઠતા નિત્યાભ્યાસ કરતા રહેવું. એવા અભ્યાસથી હળવે હળવે યોગી તૂંચાપદને પામશે.

૧૬ પડ મુખી—૧ ડાબો હાથ કુણ્ણીથી વાળીને ઉશીકે લઈ લાંબા પગ કરી ડાબી કૂખે સુવું. પુરૂષે પોતાના વપણ ન દબાય તથા સ્ત્રીઓએ પોતાની યોની ન દબાય એમ સુવું, એટલે જંઘમાં સમના આવતા નથી તથા વીર્ય ખલિત થતું નથી. પ્રથમની એક જંઘ તાણીને લેવી. પ્રથમ ઉંઘ થયા પછી આત્મ ધ્યાનને વિષે ચિત્ત ચોંટાડવું.

૨ ડાબા પગની જાંગ તથા લિંગ આ બેઉના સાંધામાં જમણા પગનું પગલું ચ-તું મૂકી એડી તે સાંધામાં રહે એવી રીતે રાખવી. તેજ તરીકે જમણા પગની જાંગ તથા લિંગ આ બેઉના સાંધામાં ડાબા પગનું પગલું ચ-તું મૂકી એડી સાંધામાં રહે એવી રીતે રાખવી. એવા પદ્માસને બેસીને ડાબા નરકોરાથી શ્વાસ ઉપર ખેંચવો. પૂર્ણ ખેંચાયો એટલે બેઠ નરકોરાં બંધ કરી રાખવા—પછી એક ક્ષણ રહીને તે શ્વાસે શ્વાસ જમણા નરકોરાંથી છોડવો. ફરીથી જમણાં નરકોરાંથી ઉપર ખેંચવો અને પૂર્ણ ખેંચાયો એટલે બેઠ નરકોરાં બંધ કરવા, પછી ક્ષણ રહીને ડાબા નરકોરાંથી શ્વાસે શ્વાસ છોડવો. એવા ડાબા જમણા મળીને એકસોને આઠ આ વતિ કરવી પછી

“અંગુષ્ઠાભ્યામ્ઉમેશ્રોત્રે તજન્યાભ્યાંવિલોચને॥”

“નાસારંઘ્ર મધ્યમામ્યાં અન્યેચ વદનંદ્રઢં॥ ૧૥”

અર્થ

૩ બેઝિ અંગુલથી બેઝિ કાનોના છિદ્ર દબાવીને બીજી બેઝિ આંગળીઓથી બેઝિ આંખો દબાવવી, અને વચલી બે આંગળીઓથી બેઝિ નરકોરા દબાવવા તથા બીજી બે ટચલી ને છેલ્લી આંગળીને મોઢા ઉપર ફરતી મેલવી જોઈએ. આને ૫૩ મૂખી કહે છે.

૧૭ લય પ્રકાર—શુદ્ધ શુશુમ્બા યર્ધ એટલે મીનમાં સ્ફુરત અહત નામની વનસ્પતિ મેળવીને તેની મધ્યમાં બોર નેવડી બે ગોળીઓ કરીને બેઝિ કાનોના છિદ્રમાં દબાવીને બેસાડી દેવી. તથા ચાર આંગળ લાંબા, વળી ચાર આંગળ પહોળા એવા બે મલમલના કકડા લઈને સ્ફુરત અહત વનસ્પતિથી ભાંજવી બેઝિ નરકોરામાં દબાવીને બેસાડી દેવા તે વેળાએ કાનમાં નાદ ઉત્પન્ન થશે તેમાં લક્ષ આપવું.

॥ અહંબ્રહ્માસિ ॥

અર્થ

૧૮ સમાધી—દેહાદિ અહંતા રહિત, અંતઃકર્ણની વૃત્તિવિષય-વાંસનાથી સ્ફુર્ણ રહિત યર્ધને અખંડ બ્રહ્માકાર થાય છે. ધ્યાતા તથા ધેયાકાર વૃત્તિથી રહિત થાય છે એનું નામ સમાધી છે. (દ્વિતભાવના રહિત ચિત્ત થાય તેનું નામ સમાધિ કહેવાય છે) આ પ્રકારે કરીને આ અરાડમું અંગ સમાધીનું છે તેનો અભ્યાસ કરવો. એ અભ્યાસના અધિકારી સાધુ-જન છે. “સમ એજ સ્વરૂપ” આ સ્વરૂપ ભૂત આનંદની પ્રાપ્તિ બ્યાં સુધી યર્ધ નથી ત્યાં સુધી એનો અભ્યાસ કરવો નહીં. જે પુરૂષને તથા સ્ત્રીને જ્ઞાન શિધ્ધ થાય છે તે વેળાએ સર્વે સાધના છોડીને તે શિધ્ધ થાય છે. તેજ યોગીઓના રાજ છે એનું રૂપ કેવું છે? વેદાંત પ્રસિધ્ધ જે આત્મ સ્વરૂપ એ મન તથા વાણીને પણ અગમ્ય જે તે બ્રહ્મ સાક્ષાત યોગીનું સ્વરૂપ છે. આ પ્રકારે કરી સ્વરૂપાનંદની પ્રાપ્તિ છે. એનું સાધન પાછલા ૧૭મા પ્રકરણમાં કહયા પ્રમાણે કર્યાથી જ્ઞાન યોગ પ્રાપ્ત થશે. આ પ્રકારનું જ્ઞાન સમાધી સાધન મહા ફળને આપનારું છે. વળી એને શ્રમ થોડો છે. જે પુરૂષ અથવા સ્ત્રી આ સમાધીના કરવાવાળા છે. તેને વિઘ્ન ઘણા આવે છે. તે વિઘ્નો આત્માનું અનુસંધાન કરવા હેતા નથી. પ્રથમ તો આગસ ઉત્પન્ન થાય છે. બીજું ભોગ ઇચ્છા વધે છે. ત્રીજું ઉંઘ આવે છે. ચોથું કાર્ય કાર્ય વિવેકથી રહિત થાય છે. પાંચમું નાના તરેહના વિષયની સ્ફુર્ણ થાય છે. છઠું વિષયના પ્રસંગથી આનંદ ઉત્પન્ન થાય છે. સાતમું હું ઘણો ધન્ય છું એવું લાગે છે. આઠમું રાગ દેશાદિ તિવૃવાંસનાથી ચિત્ત-ના વિષે સ્તમ્બ ભાવ થાય છે. નવમું પ્રાપ્ત થાય એવા જે સુહૃદ લોક તે ગુરૂ

વિષેની ભાવના ઉઠાવી દઈ ગુરૂ નિંદા કરાવી ગુરૂ ગુણ વિષે આંધળા કરી પ્રપંચમાં લાવી નાંખી દે છે. દશમુ પોતાના શુદ્ધ તથા મિત્રાદિક છે તે નાટ્ય નાટકાદિ વૃત્તગાન કરી ઈંદ્રિઓને ચંચળતા આપી ઈંદ્ર જાગવત કૌતુકથી જ્ઞાન શક્તિ ભુલાવી દઈ પછી એના હાથથી વિષય કરાવે છે. એવા અનેક પ્રકારના વિઘ્ન આવે છે. તે માટે વિઘ્નો દૂર કરવા સારુ બ્રહ્મવે-તા પુરૂષે ગુરૂ સામંધ્યતા ન છોડતાં હજવે હજવે ઉપાય કરવો. અંતઃકર્ણ વૃત્તિ બધ મોક્ષનું કારણ છે. એ વૃત્તિ જે જે પદાર્થનું સ્મરણ કરે છે તે તે પદાર્થના આકાર વિષે પામે છે. વળી દુષ્ટ સુહૃદનો સંગ હોય તેથી સદ્ભાવના રૂપી વૃત્તિ થતી નથી. તે વેળાએ યોગી શૂન્યાકાર જડપણાને પામે છે. જે કદાચ બ્રહ્માકાર વૃત્તિ થઈ તો પૂર્ણપણું છે માટે એવો અભ્યાસ કરવો. આ બ્રહ્માકાર વૃત્તિ છે એ શ્રેષ્ઠ છે. વળી એ પવિત્ર કરનારી છે. બ્રહ્માકાર વૃત્તિને છોડી જે યોગી રહે છે તેનું જીવિત વૃથા છે, તેની મા વૃથા કષ્ટ પામી, તે પશુવત છે. તે માટે યોગીએ બ્રહ્માકાર વૃત્તિને ધારણ કરવી તે ધન્ય છે. જે પુરૂષ તથા સ્ત્રી સાધન વડે બ્રહ્માકાર વૃત્તિ કરવા જાણે છે, વળી બ્રહ્માકાર વૃત્તિને વધારે છે તેનેજ ધન્ય કહેવાય છે. તેજ સત્પુરૂષ થાય છે. ત્રૈલોક્ય પણ તેને વદન કરે છે. તેજ બ્રહ્મ સ્વરૂપ છે. આ પ્રમાણે નિશ્ચય જાણવું. શબ્દાદિ વિષયી પુરૂષ છે તે આત્માને વિશેષે કદી પણ પામતા નથી. જે પુરૂષ બ્રહ્મની વાતો કહેવામાં ધણા કુશળ છે અને બ્રહ્મ વૃત્તિના અનુભવી નથી, રાગી તથા વિષયાદિકને વિષે પ્રીતિ કરવાવાળા એવા જે પુરૂષ તે ધણા અજ્ઞાની છે. તે મૂર્ખના સરદાર છે. તે સંસાર મધ્યે જન્મ મરણ પામે છે. માટે બ્રહ્મ વૃત્તિ વગર કેવળ વર્ત્યાથી કાંઈ પણ ફળ થતું નથી. વળી વેશ ધારણ કર્યાથી પણ કાંઈ ફળ થતું નથી. પણ વિવેકી જન આ બ્રહ્મવૃત્તિ વગર ક્ષણ માત્ર પણ રહેતા નથી. એવા જે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય છે તે સદ્ગુરૂ રૂપ છે. વાસ્તે એવા ગુરૂને ન ઝોળખતાં તે ગુરૂની નિંદા કરે તે પોતેજ નર્કના અધિકારી થાય છે.

બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, માહેશ્વર, ઇંદ્રાદિક દેવતા સનકાદિક તથા શુકાદિક રૂપિ, ગાર્ગી, લોપામુદ્રા, ઈત્યાદિક આ સર્વે આ જ્ઞાન સમાધી પર્યંત જ્ઞાન યોગ સેવન કરે છે. આ પ્રકારે કરીને શ્રી ગુરૂ ભૈરવનાથજી એ સદ્ગુરૂ મુખે પોતે શ્રવણ કરીને પોતે આનંદનાથને અષ્ટાદશ અંગ સહિત જ્ઞાન યોગ કથન કરી જગતના હિતાર્થે અર્પણ કર્યો છે. અસ્તુ.

બ્રહ્મતત્ત્વ જેના યોગ વડે કરીને જેને પ્રકાશિત થયું છે તેની તેના યોગ વડે કરીને ગુણની શોભા જણાય છે. વળી જે ગુરૂએ આપણને જ્ઞાન સમાધીના બીજનો ઉપદેશ કરેલો છે એવા જે શ્રી ગુરૂનાથજી એમના વિષે વારંવાર નમસ્કાર કરવો. શ્રી ગુરૂનાથજીની સુશાશ્રુ કરીને તેમના ચિત્તને વિશે આનંદ પ્રગટ કરવો, ને સેવા કરવી. તે સેવા થકી જ્ઞાનયોગ કલ્યાણ

પ્રાપ્ત થાય છે. જે પુરૂષ નિત્ય નિયમથી સેવા કરે છે તે પુરૂષ મુક્તિને પાત્ર થાય છે. શ્રી ગુરૂનાથજી કારણે પોતાના શરીર થકી તથા ધન થકી સેવા કરે છે, એકાગ્ર મન કરીને શ્રી ગુરૂનાથજીની પાસે રહે છે, તેના યોગ ઉત્તમ પ્રકારે શિદ્ધ થાય છે—ઓમ્ તત્ સત્ બ્રહ્માર્પણં મસ્તુ શ્રીરસ્તુ.

**इतिश्री अनंदनाथ विरचित ज्ञानांगयोग मूलरहस्य
समाप्तः ॥ १॥**



દોહોરો.

જ્ઞાનકર જ્ઞાનકર જ્ઞાનકાર્ગેદકર
સુરતકા દંડકર ખેલચોગાન મેદાનમાંડી ॥
ખલ્લકી બ્રહ્મણા છોડ દે બાલકા,
આયા જે ભેખ ભગવાન માંડી. ॥
ભેખકે ટેક સંત મહીમા ધરે શેશકે શીરપર ધ્યાન ધારી.
કહે કખીર સૂનલે બાલકા,
કોઈ સંત જન ઝોહેરી, જીન્ને કર્મકે રેખપર મેખ મારી ॥

અર્થ

હે અજ્ઞાન, તું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર. જ્ઞાનનો દડો કર, જે પ્રભુનું દંડા-કાર સ્વરૂપ છે તેનો તું દડો કર—અને મોક્ષના બજારમાં રમ-મોહ-આશા પાશ વિગેરે બ્રમણુતાનો જે બજાર ભરાયલા છે તેનો તું હે બાળક (અજ્ઞાની) ત્યાગ કર—જે પરમેશ્વરના ભેખમાં આવ્યો હોઈશ તો શાંત પામેલા એવા જે સંત તે તારી ટેક પકડશે—માટે જે કુંડળી છે તે કુંડળી વડે શુશુભનાથી ધ્યાન ધરે છે એવા ઝવેરી રૂપી સંત જન જેણે પૂર્વ જન્મના અજ્ઞાન-કર્મ ઉપર જ્ઞાન રૂપી મેખ મારી છે તેને શણું જા.



અથ શ્રી
આનંદનાથવિરચિત
અષ્ટાંગયોગ મૂલરહસ્ય

પ્રારંભઃ

ગુંગુલંગણપતીંદુર્ગાવિદુકંશરમાંશિવં ।
શિવાનાંગિરિજાંલક્ષ્મીંવાણીંવંદેવિભૂષિતામ્ ॥
આનાદ્યાયાશ્ચિલાદ્યાયમાયિનેગતિમાયિને ।
અરૂપાયસ્વરૂપાયશિવાયગુરવેનમઃ ॥ ૧ ॥

અથ શ્રી ગુરુધ્યાન પ્રારંભઃ ।

જયતિસ્મદ્દિગંતગીતકીર્તિર્ભ-
ગવાનશંકરયોગીચક્રવર્તી ॥
પ્રથયન્પરમાદિતીયતત્ત્વંશમયં
સ્તત્પરિપંથિવાદિદર્પમ્ ॥ ૧ ॥

દશ દીશાના વિષે પ્રસિદ્ધ છે કીર્તી જેની. તથા સર્વે યોગીઓ મધ્યે
અષ્ટ એવા શ્રી ચક્રવર્તી સદ ગુરુનાથજી છે. એ વિવાદના યોગે કરીને ગર્ભાત
છે અંતકરણ જે લોકોના એવા જે લોક તે લોકોની ચીત વૃત્તીઓ ચંચળ
છતાં દાંભીકતા વર્તે છે જે લોકના શરીર વિશે એવા લોકોને અદ્વિતીય
તત્ત્વકથન કરીને તે લોકોનું સાંતવન કરે છે. એવા જે ભગવાન શ્રીમત સદ
ગુરુનાથજી એમના ચરણારવિંદના વીષે નમસ્કાર કરી આ અષ્ટાંગને પ્રારંભ
કરે છું. ધૃતિશ્રી ગુરુનાથજી ધ્યાનોન્નામ પ્રથમોપદેશઃ ॥ ૧ ॥

અથ સ્વરૂપધ્યાન પ્રારંભઃ ।

બાલાર્કપ્રભમીંદ્રનીલસ્ફાટિકંશ્વેતાભ્રાવિઘુજ્જ્વલં ।
શાંતનાદબિલીનચિત્તપદનંચક્રાજ્ઞચિન્હશ્રુશં ॥
બ્રહ્માદ્યાસનકાદિભિઃપરિવૃતંસીદૈર્માહાયોગીનો ।
एवंध्यानमुपासितंहादिमुदाध्ययेमहानोमीभिः॥ ૧ ॥

પ્રભાતના કાળ વીષે જેવી સુર્યની પ્રભા દેખાય છે. તે પ્રમાણે સ્વરૂપ દેખાય છે. તેજ પ્રમાણે બીજી ઈંદ્રનીજ પ્રભા જેવી જણાવવામાં આવે છે; તેજ તરીકે સ્ફટિકમય તેજ:પુન્જ એવી તથા સફેદ અબ્રા જેવી જણાવવામાં આવે છે. તેજ પ્રમાણે વીજળી જેવા ચમકાટ પણ જણાય છે. તથા ચંદ્રમાના જેવું વર્તુળાકાર છતાં પુતેમના ચાંદેના જેવું સીતળ જણાવવામાં આવે છે. વળી તેજ:પુન્જ ચક્રાકાર તથા કમલાકાર જણાવવામાં આવે છે. આવું સ્વરૂપ પડ્મુખી મુદ્રા વડે કરીને દેખાય છે. તે સ્વરૂપના વીષે પ્રાણ વાયુ તથા ચીત્ત વગગી રહે છે. આ સ્વરૂપનું ધ્યાન; બ્રહ્માદીક સૃષ્ટીના કરતા તથા વીજળી શંખાતાના કરતા શંકરાદીક પ્રળયના કરતા સનકાદીક રૂપીઓ માહાનસીદ્ધ આવા સર્વે આ ધ્યાન વડે કરીને વીદેહ મુક્તીને પામ્યા છે. તેજ સ્વરૂપ પ્રાપ્તીના વાસ્તે આ અષ્ટાંગ યોગનો સારાંશ કથન કરું છું. ઇતીશ્રી સ્વરૂપ દર્શનોન્નામ દ્વિતીઓપદેશ: ॥ ૨ ॥

અથ યમોપદેશ: ।

યોગીએ ક્રોધ રહીત તથા વૈરાગ્યસીલ અને ઇંદ્રિઓના જીત રહેવું ક્ષમા તથા દયા તથા શાંતી રાખવી અને જગપ્રીયતા રાખવી તથા નિર્લોભતા રાખવી. દાતુ ત્વાદી સ્વભાવ રાખવો જોઈએ. અતી આહાર કરવો નહીં. અતીશ્રમ કરવો નહીં. ઘણું જોર શોરથી બોલવું નહીં. ચીત્તના વિષે ચંચળતા આવે એવા નીચમ રાખવા નહીં. જગતનો સંગ તથા કશી વાતનું લાસરપણું રાખવું નહીં. ઊપર ક્રોધા પ્રમાણે ચાલશે તોજ યોગસીદ્ધી પામશે. યોગીએ ચોથો ભાગ વર્જ્ય કરીને જમવું મનને ઊચ્છાલ રાખવો. નીશ્રય રાખવો. ઘૈર્યપણ રાખવું. એકાંતે એકલું રહીને શ્રી ગુરનાથજીની આજ્ઞા હોય તે પ્રમાણે વર્તવું. ઇતિશ્રી યમોપદેશોન્નામ ત્રિતીયોપદેશ: ॥ ૩ ॥

અથ નિયમોપદેશ: ।

હિંસા કરવી નહિ. કરાવવી નહિ. હીંસા કરવાને વાસ્તે અનુમોદન પણ આપવું નહિ. પ્રમીત આહાર કરવો. તે પણ સુસ્નિગ્ધ છતાં મધુર એવું ભોજન કરવું. કડવું ખાટું, તીખું, ખાઈ તથા કશી પણ રીતે કાચુ ધાન્ય વિગેરે તલ, તેલ, સરસવ, પીવાનો દારૂ, માછલાં, જનાવર વિગેરેનું માંસ, દહીં, છાશ, કર્લીંગડુ રીંગણા, હિંગ, ડુંગળી, લસણ તથા અતિશય ઘણું જાંદુ અનાજ તેજ પ્રમાણે લાખું અન્ન ઇત્યાદિ પદાર્થ ખાવા નહિ. દુરજન હોય તેના જોડે પ્રીત રાખવી નહિ. અગ્નિ વડે તાપવું નહિ, સ્ત્રીઓ નો સમાગમ રાખવો નહિ. અતિમાર્ગ ક્રમણ કરવો નહિ. આવા નીચમ રાખવાથી યોગ સિદ્ધથશે. ઇતીશ્રી નિયમોન્નામ ચતુર્થોપદેશ: ॥ ૪ ॥

અથ આસનોપદેશ: ।

ઝાંખો જાંગ ઉપર જમણું પગલું છતું રાખીને તે પગલાની એડી

ડાખી જાગના સંધીમાં રાખવી. જમણા જાગ ઉપર ડાખુ પગલું છતું રાખીને તે પગલાની એડી જમણી જાગનામાં રાખવી. તેજ પ્રમાણે બેઉ હાથ છતા રાખીને એક ઉપર એક જોડીને ઉરના મધ્ય ભાગ વિશે રાખવા. શરીર તાટ તથા સીધું રાખીને નાશીકાએ દ્રષ્ટી રાખવી. ઇતીશ્રી આસનોન્નામ પચ્ચમોપદેશઃ ॥ ૫ ॥

અથ પ્રાણાયામોપદેશઃ ।

પ્રાણવાયુ જ્યાં સુધી દેહના વિશે સ્થિર છે ત્યાં સુધી પ્રાણીનું જીવન રહે છે. આ વાયુ શરીરના બહાર નીકળે એટલે મરણ પ્રાપ્ત થાય છે. તે માટે આ પ્રાણવાયુનો નિરોધ યોગી લોકોએ કરવો જોઈએ. શરીરમાંની નાડીઓ મળથી વ્યાપત થઈ એટલે પ્રાણવાયુ મધ્ય ભાગના વિશે વહેતો નથી. તારે ઉન્મનિ ભાવની સિદ્ધી શી રીતે થાય. સર્વે નાડી ચક્ર મળથી વ્યાપત થયેલું તે શુદ્ધ કરવા વાસ્તે આ પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. બહારનો વાયુ ચંદ્ર નાડી એટલે ડાખા નાકોરાથી ઉપર ખેંચીને બંધ કરવો. પછી સૂર્યનાડી એટલે જમણા નાકોરાથી ધીમે ધીમે છોડવો. ફરી સૂર્યનાડીથી ઉપર ચઢાવીને બંધ કરી ચંદ્રનાડીથી છોડવો. એ પ્રમાણે ધડીએ ધડીએ કરવું. જ્યાં સુધી સુષુમ્ણા એટલે બેઉ નાકોરાનો વાયુ સરખોને શુદ્ધ ચાલવા મંડશે ત્યાંસુધી કરવું. બેઉ નાકોરાનો વાયુ સરખો ચાલવા મંડ્યો એટલે બેઉ નાકોરાથી પ્રાણવાયુ ઉપર ખેંચી લઈ આંતર્યામના વિશે સ્થિર કરવો. હેઠળ છોડવો નહિ. આ પ્રમાણે બંધ થયો એટલે એને કુંભક કહે છે. રેચકપુરક રહીત કેવળ કુંભક થયો એટલે આ કુંભક થએલા પુરૂષને આ ત્રૈલોક્યમાંનું સર્વે પ્રકારનું કીયું પણ ઐશ્વર્ય દુર્લભ નથી. કેવળ કુંભકથી ચયથેષ્ઠવાયુ ધારણ થયો એટલે રાજયોગપદની પ્રાપ્તિ થાય છે એમાં સંશય નથી. રાજયોગ વગર હટયોગ નહિ તથા હટયોગ વગર રાજયોગ નહીં. માટે આ રાજયોગના કારણ વાસ્તે આ હટયોગનો અભ્યાસ કરે છે. રાજયોગ અનાયાસે પ્રાપ્ત થાય તો હટયોગનો અભ્યાસ કરવાનું કાંઈ પણ કારણ નથી. કુંભક કરેલો વાયુ રેચક કરવાની વખતે નીરામય ચીત્ત રાખવું. કુંભક વડે કુંડલીનો પ્રબોધ થાય છે (કુંડલી એટલે કુંટી) એ કુંટી નાડી ઉભી રહે છે તેના લીધે સમાધી યોગની સીદ્ધી થાય છે. જે પુરૂષના વીશે સર્વે કાળ કુંભક રહે છે તેનાં લક્ષણો કહું છું. શરીર કૃશ, મુખારવીંદ સુપ્રસન્ન, શબ્દ સ્પષ્ટ, આંખો નીરમળ, આરોગ્યતા, ઉર્ધ્વરેતત્વ, જહરાગ્ની પ્રદીપ્ત, નાડીયો શુદ્ધ વેહે છે એવાં યોગશીઘ્ધીનાં લક્ષણો છે. ઇતીશ્રી પ્રાણયોમોન્નામ છઠો ઉપદેશ સમાપ્તઃ ॥ ૬ ॥

અથ પ્રત્યાહારોપદેશઃ ।

ઈંગલા, પીંગલા, સુષુમ્ણા, એ ત્રણેનો સંગમ કરીને મધ્ય નાડીવડે કુંડલીનું ઊથાપન કરવું. કુંભકના દ્વાર થકી રોજના રોજ પોતાના

તાળવાના ઠેકાણે પોતાની જાળની યોજના કરવી. એવી યોજના કરી રસ સ્વાદ લેવો. આ રસનો સ્વાદ લેવાને માટે જાળને તાળવામાં લેઈ જવા પહેલે તેના અગ્ર વડે વાયુને ખેંચવો. એમ કરવાથી જાળને તાળવા વીણે ઉલટી લઈ જવી. આ પ્રમાણે જો યોગી કરે છે તે યોગી આમરત્વ ભોગે છે. આવો યોગાભ્યાસ કરવાવાળાએ

સાંખ્યયોગે ।

एवंचउपद्रवरहीतेस्थानेसुखासनेनोपविष्टस्या-
त्मनीमनोधारएतेयोगीनोध्यानयोगंकुर्चात् ॥

ઉપદ્રવ રહીત સ્થાનના વીશે તથા સુખ થાગ એવા દેશ મધ્યે પોતાના આસનની યોજના કરીને આત્માના વીશે તલ્લીન થઈને યોગીએ ધ્યાન ધારણા કરવી. તે યોગીનો યોગ સીધ્ધ થાય.

હૃદ્યપ્રદીપિકાયાં ।

सुराज्येधार्मिकेदेशेसुभीक्ष्णेरुपद्रवे।

एकांतेमठीकामध्येस्थातव्यंयोगीभिःसदा ॥ ૧ ॥

ધર્મવાન રાજ્ય તથા ધાનના વીશે સાડ પાક થાય છે તથા ઉપદ્રવ રહીત એવું ઠેકાણું જોઈ એકાંત સ્થાનના વીશે (એટલે પરવતના ઢરીભો) વાસ કરીને યોગાભ્યાસ કરવો.

શીવયોગે ।

यथाध्यानस्यसामर्थ्यात्कीटकोभ्रमरायते।

तथासमाधीतानर्थ्यात्ब्रह्मरूपोभवेन्नरः ॥ ૧ ॥

જો પ્રમાણે કીડો ભમરીઓના નીજધ્યાસ વડે પોતેજ ભમરી થાય છે તે પ્રમાણે યોગી પુરૂષ આલ્હી પોતાના આત્માના સ્વરૂપના નીજધ્યાસ વડે પોતે સ્વરૂપ થઈ જાય છે. ઇતીશ્રી પ્રત્યાહારોન્નાસ સાતમો ઉપદેશ સમાપ્તઃ ॥ ૭ ॥

અથ ધારણોપદેશઃ ।

પ્રાણાયામ કરી તે સુષુમ્ણા થઈ એટલે આંખો તથા કાન તથા નાકોરાંનો રોધ કરીને આત્મા સ્વરૂપની ધારણા કરવી.

શીવયોગે ।

अंगुष्ठाभ्यांउभेश्रोत्रेतर्जन्याभ्यांविलोचने॥

नासारंग्रमेध्यमाभ्यांअन्येचवदनंदृढम् ॥ ૧ ॥

तत्क्षणात्तत्तेजरूपोस्मिजोतिरूपंपश्यति ॥

શંકરે પોતાના યોગ મધ્યે કથન કરેલું છે. તે બેડ અંગુઠા બેડ કાનમાં દાખીને ખીજી આંગળીઓ બેડ આંખોના વીશે દાખીને વચલી આંગળીઓએ બેડ નાકોરાં દબાવવાં. તે ખુબ જોરથી દબાવી ટચલી આંગળીઓ તથા છેલ્લી આંગળીઓ મોઢાના આસેપાસે ધીમી રાખવી. એટલે તેજ વખતે એક ક્ષણમાં તેજોમય જોતી રૂપ નજરમાં આવે છે.

વિષ્ણુયોગે ।

નાસારંધ્રેઅંગુષ્ઠાભ્યામધ્યમાભ્યાંચનેત્રયોઃ ॥

તર્જનીભ્યાંડમેશ્રોત્રેધારયેચ્ચવિચક્ષણઃ ॥ ૧ ॥

શ્રી વિષ્ણુ ભગવાન પોતાના યોગમાં કહે છે. બેડ નાકોરા વિશે બેડ અંગુઠા દબાવી વચલી આંગળીયોથી બેડ આંખો દબાવવી. ખીજી આંગળીયોથી બેડ કાન દબાવવા એવા જે વીચક્ષણ પુરૂષો આ વિષ્ણુ મુદ્રા ધારણ કરે છે તે યોગીઓને તેજ વખતે તેજોમય જોતી રૂપ જોવામાં આવે છે.

બ્રહ્માયોગે ।

નેત્રયોર્મધ્યમાભ્યાંચતર્જનીભ્યાંચકર્ણયોઃ ॥

ઘ્રાણયોરનામીકાભ્યાંચરંધ્રાણારોધનદ્વદશ્મ ॥ ૧ ॥

બ્રહ્મદેવ પોતાના યોગમાં કહે છે. બેડ વચલી આંગળીઓ બેડ આંખોના વિશે દબાવી. ખીજી આંગળીઓ બેડ કાનોમાં દબાવવી. બેડ નાકોરાને બેડ ટચલી આંગળીઓ દબાવવી. ને બેડ આંખો તથા બેડ નાકોરા તથા બેડ કાન એવાં આ છ કાણાં છે તે જોરથી બંધ કરવાં. આવી બ્રહ્મની મુદ્રા ધારણ કરે છે તે યોગીઓને તેજ વખતે તેજોમય જોતી રૂપ જોવામાં આવે છે.

આ ત્રણ મુદ્રાઓ કહી છે તેમાં પેહેલી મુદ્રા શીવજીની કહેવાય છે. એ મુદ્રા વડે પ્રલયક્રમનું સ્વરૂપ નજરમાં આવે છે. ખીજી મુદ્રા વિષ્ણુની કહેવાય છે. એ મુદ્રા વડે સ્થિતિક્રમનું સ્વરૂપ જોવામાં આવે છે. ત્રીજી મુદ્રા બ્રહ્મદેવની કહેવાય છે. એ મુદ્રા વડે ઉત્પત્તિક્રમનું સ્વરૂપ જોવામાં આવે છે. આવી પડ્મખી મુદ્રા બાંધીને પોતાના સહસ્ર દલકમળ ચક્ર મધ્યે જ્યોતિરૂપ તથા લાલ રંગની આરણ પ્રભાપ્રકાશમય કોટી સૂર્યની પ્રભા જે પ્રમાણે રહે છે તે પ્રમાણે દૈદિપ્યમાન છતાં તેના મધ્ય ભાગના વિશે નીળા રંગનું ટપકું જોવામાં આવે છે એવું અનુભવમાં પણ આવે છે. તે ઠેકાણે મનની સ્થિરતા રાખવી. એવી મનની સ્થિરતા થયા પછી પોતાનું મન ખીજી કોઈ પણ વિષય તરફ નહિ જવા દેતાં આત્મરૂપના વિશે ચોંટાડવું. જે વખતે ઉન્મત્તની અવસ્થા થાય છે તે વખતે યોગી પુરૂષનું ચિત્ત સ્થિર થઈ તુર્યપદના વિશે પામે છે. ઇતીશ્રી ધારણોપદેશોન્નામ આરંભો ઉપદેશઃ ॥ ૮ ॥

અથ ધ્યાનોપદેશઃ ।

નિદ્ધિપૂર્વક ધારણા થયા પછી આત્મસ્વરૂપના ઠેકાણે ધણા કાળ સુધી ચિત્ત ચોટાડીને ધ્યાન કરવું.

શીવયોગે ।

સર્વતેજોમયંધ્યાયેત્સચ્ચિદાનંદલક્ષણં ॥

નોદેતિનાસ્તિમમ્યેતિનટ્ટદ્વિનાસ્તિનક્ષયમ્ ॥ ૧ ॥

શિવજી પોતાના યોગમાં કહે છે. જેટલા દૃશ્યમાન પદાર્થો એ નામથી સર્વે ઠેકાણે તેજોમય જણાય છે તે ભેદાભેદ રહીત એવાં લક્ષણોથી ખીરાજમાન છતાં જેને ઉદય પણ નથી અને અસ્ત પણ નથી. આવવું નથી. જવું પણ નથી. વૃદ્ધી નથી. ક્ષય નથી. એવું જે સ્વરૂપ એવોનું ધ્યાન કરવું. તે તેજોમય સ્વરૂપ છે. આ તેજોમય સ્વરૂપમાં જે જે ભાવના કરવી તે તે દ્રષ્ટીમાં આવે છે. વળી તેનો પ્રત્યય પણ આવે છે. એ પ્રમાણે ધ્યાન કરવાવાળા પુરુષને અમ્હાંડનું કયું પણ કાર્ય અશક્ય નથી. ઈતિશ્રી ધ્યાનોપદેશોન્નામ નવમો ઊપદેશઃ ॥ ૯ ॥

અથ સમાધીયોગઃ ।

શુદ્ધ સુષુમ્ણા થઇ એટલે મુદ્રા કરવી.

સનત્કુમારયોગે ।

તર્જનીભ્યાંઉમેશ્ચોત્રેમધ્યમાભ્યાંચનેત્રયોઃ ॥

અનામિકાભ્યાંગ્રાણસ્યરોધયેત્સગલંદૃઢમ્ ॥ ૧ ॥

સ્વકારોશ્રવણથેતિગકારોનેત્રઉચ્યેતે ॥

લકારોસંજ્ઞીતંગ્રાણંસ્વગલંધ્યાતેજીતિ ॥ ૨ ॥

અન્યેચ ।

સ્વકારોસ્વર્ગલોકશ્ચગકારોમૃત્યુલોકતા ॥

લકારોલોકપાતાલૈત્યૈતેસ્વગલસ્મૃતા ॥ ૩ ॥

સનત્કુમારજી પોતાના યોગમાં કહે છે. બીજી બે આંગળીઓ બેડ કાનમાં નાખીને વચલી આંગળીઓએ બેડ આંખો દબાવવી. ટચલી આંગળીએ નાકોરાં દબાવવાં. એ ઉત્પત્તી મુદ્રા કહેવાય છે.

ઋષીયોગે ।

નાસાપુટેચનયનેકર્ણરંધ્રેચપૂરયેત્ ॥

શુષુમ્ણાંસમ્યગ્આત્માચગૃણુનાદાંમૃતંસદા ॥ ૧ ॥

વસિષ્ઠાદીક રૂપીઓ પોતાના યોગમાં કહે છે. બેડ નાકોરાં તથા બેડ આંખો તથા બેડ કાન એનાં કાણાં પુરીને ઉત્તમ પ્રકારની એવી સુષુ-મ્ણા વડે કરીને નાદામૃતમાં ચીત આપી આક્ષહી આત્માનું દર્શન કરવું એ સ્થીતી મુદ્રા કહેવાય છે.

ગોરક્ષયોગે ।

શ્રવણપુટનયનયુગલઘ્રાણાનાંરોધનંકાર્યમ્ ॥

સ્ફુટશુષ્પ્મ્ણાશરણેસ્ફુટમમલશ્રૂયતેશબ્દઃ ॥ ૧ ॥

ગોરખનાથજી પોતાના યોગમાં કહે છે. બેડ કાન તથા બેડ આંખો તથા બેડ નાકોરાં બંધ કરીને સ્પષ્ટ એવો શબ્દ શ્રવણ કરવો. એ પ્રલમ મુદ્રા કહેવાય છે. એવો શબ્દ શ્રવણ થતી વેળાએ ચાર અવસ્થા ઉત્પન્ન થાય છે.

અરંભશ્વઘટશ્ચૈવતથાપરિચયોમતઃ ॥

નિષ્પત્તિઃસર્વયોગેષુસ્પાદવસ્થાચતુષ્ટયમ્

પહેલી આરંભ અવસ્થા. બીજી ઘટા અવસ્થા. ત્રીજી પરિચયી અવસ્થા. ચોથી નીષ્પત્તી અવસ્થા. એ પ્રકારની ચાર અવસ્થાઓ થાય છે, ભેરી, ઘંટા, કાંકીની, નગાર. આ સર્વેનો એકદમ અવાજ થઈને પ્રતિધ્વનીનો ઘણુઘણાટ થાય છે. એવો શબ્દ કહે છે એને અમલ અંથ ભેદ થયો એવું કહેવાય છે. આ પહેલી આરંભ અવસ્થા થઈ. આ અવસ્થા થઈ એટલે દેહસુવાસીક, આંખો તેજવાળી, આરોગ્યતા, ઇત્યાદિક થાય છે. શંખ, તામુરો, સારંગી આ સર્વેનો એકદમ અવાજ થઈને પ્રતિધ્વનીનો ઘણુઘણાટ થાય છે. એવો શબ્દ કહે છે. એને વીણુઅંથી ભેદ થયો એવું કહેવાય છે. આ બીજી ઘટા અવસ્થા થઈ. આ અવસ્થા થઈ એટલે, વાયુમધ્યગત, આસન-દુઢ, ઇત્યાદિક થાય છે વેદધોષ, મોરલી ધ્વની, આ સર્વેનો એકદમ અવાજ થઈને પ્રતિધ્વનીનો ઘણુઘણાટ થાય છે. એવો શબ્દ કહે છે એને રૂદ્રઅંથી ભેદ થયો એવું કહેવાય છે. આ ત્રીજી પરીચય અવસ્થા થઈ. આ અવસ્થા થઈ એટલે, યોગી શુન્યસ્થાનના વિષે પ્રાપ્ત થાય છે. આ યોગીને સર્વે સીધ્ધી પ્રાપ્ત થાય છે. યોગી મનને જીતે છે. મન જીત્યું એટલે સેહેજ અવસ્થા થઈ. આ સહજ અવસ્થા થઈ એટલે યોગીને ધરડપણ, મરણ, ભુખ, તરસ, ઊંઘ, ઇત્યાદિકને દોષ લગીરેક થતા નથી જ્યારે “ઓમ” એવો શબ્દ સ્વચ્છ નીકળે છે એને શિવઅંથી ભેદ થયો એવું કહેવાય છે. આ ચોથી નીષ્પત્તી અવસ્થા થઈ. આ અવસ્થાને યોગી પહોંચ્યો એટલે યોગીનું એક ચીત થતા સૃષ્ટીનો સંવહાર કરતા થઈ સુન્યસમ થાય છે. એ રીતે યોગીની સુન્ય અવસ્થા થઈ એટલે એને રાજયોગ કહેવાય છે. આ યોગ સહ યોગ કરતાં શ્રેષ્ઠ તથા અતિઉત્તમ એવો કહેવાય છે.

શીવયોગે ।

ઉત્તમાસહજાવસ્થામધ્યમાધ્યાનધારણા ॥

આધમામૂર્તિપૂજશ્ચતીર્થયાત્રાધમાધમા ॥ ૧ ॥

પૂજાકોટિફલસ્તોત્રંસ્તોત્રકોટિફલંજપઃ ॥

જપકોટિફલંધ્યાનંધ્યાનકોટિફલંલયઃ ॥૨॥

લયાત્પરતરંનાસ્તીસાકાષ્ટાસાપરાકલા ॥

સેહજ અવસ્થા એ આમહણુનું કર્મ ઉત્તમ એવું કહેવાય છે. ધ્યાનકરકે એ ક્ષત્રીનું કર્મ મધ્યમ કહેવાય છે. મૂર્તિઓની સેવા કરવી એ વાણીઆનું કર્મ અધમ કહેવાય છે. તીર્થયાત્રા કરતા ફરવું એ કણખી ઇત્યાદિક શુદ્રનું કર્મ કહેવાય છે. મેલડી, જોપડી, બદુ ઇત્યાદિકથી સાધના કરવી એ ખાલપા, ભંગીઆ, ઘેડ, તલાવીયા, વાઘરા, ભીલકોળી, ઇત્યાદિક અનેક નીચ જાતીના અધમ કરતા અધમ કરમ કહેવાય છે. ચૈતન્ય સ્વરૂપ બ્રહ્મકર્મ કરવાવાળા બ્રહ્મજ્ઞોના આંખોનાં આગળ નજરે પડે છે, ચૈતન્ય સ્વરૂપ ક્ષત્રીય કર્મ કરવાવાળા ક્ષત્રીઓને પોતાના હૃદયમાં નજરે પડે છે. ચૈતન્ય સ્વરૂપ વણીજય કર્મવાળા વાણીઆ એમને પાપાણુ તથા ધાતુ ઇત્યાદિક પ્રેમવડે કરીને નવ વીધા ભક્તીથી આકાર રૂપ એવું મૂર્તિવડે રચુલ એવું જાણે છે. ચૈતન્ય સ્વરૂપનાં લક્ષણો ન જાણતાં કેવળ કરુણા વડે યાત્રાઓ કરવી ને સેવા કરવી એ શુદ્રનું કર્મ કરનાર શુદ્ર લોકોને મધુમાંસવડે સેવા ભક્તીવડે કરુણ થકી એવું જાણે છે. અને બ્રહ્મકર્મી સર્વે ઠેકાણે સરખુ રૂપ નજરમાં આવે છે. આ ઉત્તમ એવી તુર્ય અવસ્થા કહેવાય છે. મૂર્તિઓની પુજા કરવા કરતાં કોટી ગુણીત ફળ સ્તોત્ર પાઠમાં છે. સ્તોત્ર પાઠ કરવા કરતાં કોટી ગુણીતફળ જપ કરવામાં છે. જપ કરવા કરવા કરતાં કોટી ગુણીતફળ ધ્યાનમાં છે. ધ્યાન કરવા કરતાં કોટી ગુણીત ફળ લયમાં છે. લયે કરતાં બીજું કંઈ નથી. જોવો કે લાકડામાં આગની રહે છે તેજ લાકડાને ધરપણકીયા કર્યાથી લાકડામાંથી પ્રદીપ્ત થાય છે. તેવી આ સેહજ્યા અવસ્થા પડ્ મુખી મુદ્રાવડે પ્રગટ થાય છે. આ પડ્ મુખી મુદ્રાનો યોગ કરવાવાળો જીવાન માણુસ હોય અથવા ધરડો માણુસ હોય તે કરતા ઘણો ધરડો ડોહલો હોય અથવા રોગી થાય તથા નબળો હોય પણ મુદ્રા કરવાવાળાને રાજયોગ સીદ્ધી પ્રાપ્તી હોય છે. નવ વીધા ભક્તી યોગ તથા અષ્ટાંગે હટયોગ એ કરતાં વાતાંયુ પર્ણયોગ. ધુન્નપાન યોગ. તથા ઊર્ધ્વ આહુયોગ તથા ટાડેશ્વરી યોગ ઇત્યાદી બહુ યોગ કરવાનું કારણ એક રાજયોગ પ્રાપ્ત થવાના વાસ્તે. તે રાજયોગ પ્રાપ્ત થયો એટલે કાલની બીક રહેતી નથી. આ રાજયોગીના ચરણ કાળવંદન કરે છે. હટયોગીને કાળની બીક છે તે આત્મા બ્રહ્માંડ વિશે ચકાવે

છે તેથી આવદા વધારે છે. પણ એ કાળનો ચોર કહેવાય છે. કોઈ દહાડે પણ કાળનો ધાલો થવાનો માટે રાજયોગી વિદેહ મુક્ત છે જે કોઈ માણસને તાઢી છાયા તથા થંડો પવન વિના પ્રયત્ન વગર પ્રાપ્ત થયા પછી તાડના ઝાડની છાયા ખોળવાનો શો મતલબ રહ્યો છે. તે પ્રમાણે પદ્મુખી મુદ્રાવડે અનાયાસે નાદલયના લીધે રાજયોગ એટલે સેહેજ અવસ્થા પ્રાપ્ત થયા પછી હટયોગના પ્રકાર કરવાની શુ મતલબ રહી છે. સર્વે સૃષ્ટીમયનું બીજ એક નાદલય શ્રેષ્ઠ છે. સર્વે સૃષ્ટી મધ્યે એ એક પદ્મુખી મુદ્રા-શ્રેષ્ઠ છે. સર્વે સૃષ્ટી મધ્યે એક નિરાલંબ દેવ શ્રેષ્ઠ છે. સર્વે સૃષ્ટી મધ્યે એક હનમની અવસ્થા શ્રેષ્ઠ છે. ઉપર જે નાદલયેમો હસનાદ કીધા છે. તે સર્વે નાદ બંદ થઈ “ઓમ્” એવો એ અગ્યારમો નાદ ઉત્પન્ન થાય છે. તારે કેવળ લાકડા જેવો દેહ થાય છે. તે વેળાએ નિશ્ચળે એવી હનમની અવસ્થા થાય છે. તે થકી સર્વ ચીંતા છુટી જાય છે. તથા પ્રાપ્તચીત બુદ્ધિની સર્વે પ્રકારની અવસ્થાઓ છુટી જાય છે. જે યોગીમર્ચા જેવી અવસ્થાના વિશે રહે છે તે યોગી વીદેહમુક્ત છે. એમાં કશી વાતનો શંકય નથી. વીદેહમુક્તી અવસ્થાને યોગી પામ્યો છે. તે યોગીના શરીરના વિશે શસ્ત્ર માર્યું હોય તોપણ શસ્ત્ર થકી વધાય નહિ. કોષપણ જનાવરે એને કરડે નહિ. ખાય નહિ. મારે નહિ. મંત્ર, યંત્ર, તંત્ર એ યોગીના શરીરને લાગુ થવાના નહિ. તથા એવા યોગીને તહાડ નથી. તડકો નથી. તહાડુ ઉનુ નથી. સુખ નથી. દુઃખ નથી. માન નથી. અપમાન નથી. એવા જે જીવનમુક્ત થએલા યોગી તે આહાહી પદ્મુખી મુદ્રાવડે પોતાના યોગની પુર્ણતા કરે છે. આ યોગથી મનઆખંડીત થઈને લયા મૃત સુખની પ્રાપ્તી થાય છે. રાજયોગ પદ પ્રાપ્ત થવાના વાસ્તે અલ્પજ્ઞાનીના પુરૂષના વીશે એ ઉપાય ઉત્તમ છે. તે માટે તત્કાળ અનુભવ લેવા સાર નાદ થકી નીપજનારોજ લય તે લયને સેવન કરવો. આ નાદાનું સંધાન સમાધાનીનું મુખ્ય બીજ છે.

નહીનાદાત્પરોમંત્રોનહીદેવોસ્વાન્મનઃપરઃ ॥

નાનુસંધ્યાપરાપૂજાનહીતૃપ્તિપરંફલમ્ ॥ ૧ ॥

મંત્રોદકૈર્વિનાસંધ્યાજપહોમૈર્વિનાતપઃ ॥

ઉપચારૈર્વિનાપૂજાયોગીનિત્યસમાચરેત્ ॥ ૨ ॥

નાદ જેવો બીજો મંત્ર નથી. પોતાના મન જેવું સ્વઅનુભવ આપવાવાળો બીજો કોઈ દેવ નથી. શુદ્ધ સુષુમ્ણા જેવી બીજી કોઈ પુજા નથી. મનના તૃપ્તી જેવું બીજું કોઈ ઠેકાણે ફળ નથી. મંત્ર તથા પાણી વગર બ્રહ્મનિષ્ઠની સંધ્યા થાય છે. જપ તથા હાવણ વગર બ્રહ્મનીષ્ઠનું તપ થાય છે. વોપચાર વગર બ્રહ્મનીષ્ઠની પૂજા થાય છે. એવા જે યોગ કરવાવાળ

અહ્નનીષ્ટ આહ્નણુ રોજના રોજ આચરણુ કરે છે. તે ધન્ય છે. આનાદાતું સંધાનના અભ્યાસ વડે કરીને યોગીશ્વરોના હૃદયમાંથી વધવાવાળો વળી તે વાણીથી વર્ણન કરવાને પણ અશક્ય એવો જે સ્વ અનુભવનો આનંદ ઉત્પન્ન થાય છે. તે આનંદને એક શ્રી ગુરનાથજી જાણે છે. ઈતી શ્રી સમાધી ઉપદેશોન્નામ દશમો ઉપદેશ સમાપ્તઃ ॥ ૧૦ ॥

અથ યોગસિદ્ધિ કારણઉપદેશઃ ।

શ્રી ગુરનાથજીની સુશ્રુશાકરીને તેમના ચીતના વીશે આનંદ પ્રગટ કરવો.

પ્રકાશિતંબ્રહ્મતત્ત્વંપ્રકૃષ્ટગુણશાલિનમ્ ।

પ્રગવસ્યોપદેષ્ટારંપણમામ્યનિશંગુરુ ॥ ૧ ॥

અહ્ન તત્ત્વ જેના યોગ વડે કરીને પ્રકાશીત થયું છે તેના યોગ વડે કરીને ગુણની શોભા જાણાય છે. વળી જે ગુરુએ આપણને પ્રણવના બી-જનો ઉપદેશ કરેલો છે એવા જે શ્રી ગુરનાથજી એમના વીશે વારંવાર નમસ્કાર કરવો.

ગુરુશ્રુષ્યયોર્યોગોજ્ઞાનક્ષેપંભાવિષ્યતિ ॥

યઃપુમાન્ભજતેનિત્યંસશિષ્યોમુક્તિમાજનમ્ ॥ ૨ ॥

શ્રી ગુરનાથજીની સેવા કરતી તે સેવા થકી યોગજ્ઞાન કલ્યાણ પ્રાપ્ત થાય છે. જે પુરપ નિત્ય નેમવડે શ્રી ગુરનાથજીની સેવા કરે છે તે શીષ્ય મુક્તીને પાત્ર થાય છે.

ગુરવેદીયતેદાનંશરીરંચધનંતથા ॥

મનમેકાગ્રયઃકુર્યાત્તત્ત્વયોગસુસિધ્યતિ ॥ ૩ ॥

શ્રી ગુરનાથજીના કારણે પોતાના શરીર થકી તથા ધન થકી શ્રી-જીની સેવા કરતી. દાન આપતું. એવો જે પુરુષ મનને એકાગ્ર કરીને શ્રી ગુરનાથજી પાસે રહે છે તેનો યોગ ઉત્તમ પ્રકારનો સીદ્ધ થાય છે.

ઇતિસંક્ષેપતઃપ્રોક્તાયોગાશ્રીશંકરોદિતા ॥

સદુપાચકૃતાઐવમન્વેદમૃતસાંનિમા ॥ ૪ ॥

અન્યથાનિરિત્તાઐવતસ્માદ્ગુરુપાશ્રયેત્ ॥

એ પ્રકારે કરીને શંકરજીએ પોતાના યોગમાં કપન કરેલા છે તેમાંથી સારાંષ લઈને આ યોગ લખ્યો છે. એ યોગ સારા ઉપાયથી કરશે તેને

અમૃત તુલ્ય થશે. શ્રી ગુરુસેવા વગર પોતાના ડહાપણથી કરસે તો તેને વીપરીત થશે. તે માટે શ્રી ગુરુનાથજીના આશ્રયથકી કરશે તેના યોગ સીદ્ધ થશે. જે કોઈ ગુરુ વગર કરશે તેને વીપરીત થશે. ઈતીશ્રી યોગસીદ્ધી કારણ ઉપદેશોનામ અગ્યારમો ઉપદેશ ॥ ૧૧ ॥

અથ ફલશ્રુતિઃ ।

સર્વે યોગ કરતાં આ રાજયોગ શ્રેષ્ઠ છે. તે માટે જે કોઈ આ રાજયોગનો અભ્યાસ કરશે તેને આ યોગ સદ્ગુણ થશે.

इतिसकलयोगशास्त्रसिंधो :

परिमथितादवकृष्टसारभूतम् ॥

अनुभवतयोगाभूतंचर्षीहायदि-

भवतामजरामरस्ववांछा ॥ ૧ ॥

एतज्जानातियोयोगीशितत्त्विक्रियतेबुधः ॥

सर्वदुःखविनिर्मुक्तोलभतेवांछितंफलम् ॥ ૨ ॥

राजयोगसभोयोगोनभूतोનભવિષ્યતિ ॥

लब्धंगोरक्षप्रंक्षादिसनकाद्यामुनीपुंगवः ॥૩॥

श्रीमत्पुरुषसदादेनयोगसिद्धिप्रजायते ॥

सिद्धंतिसर्वयाचैवअન્યથાનકદાવન ॥૪॥

नगुरोरधीकंवाताएवंजानातिभूतले ॥

भोगयोगादिनांसिद्धिलभतेइहजन्मनी ॥ ૫ ॥

આ પ્રકારે કરીને સર્વે યોગ શાસ્ત્ર રૂપી સમુદ્રનું મંથન કરીને સારભુત અનુભવ લેવા યોગ્ય આયોગામૃત કાઢેલું છે. ઘડપણ તથા મરણ ન થવા વાસ્તે આ રાજયોગામૃતની ઈલાદિરાજ્ય પણુ કરે છે. આ યોગ શાસ્ત્રને જે કોઈ યોગી જાણે છે તથા તે પ્રમાણે કર્મ કરે છે તે યોગરાજ પંડીત સર્વે દુઃખથી મુક્ત થઈને અનનું મારણું ફળ પામે છે. આ રાજયોગ જેવો ખીજો યોગ આજ દાહાણ સુખની વધે નથી તથા આગળ પણુ થનાર નથી. આ યોગ ગોરક્ષ તથા પ્રભાવીક દેવતાઓ તથા સનકાદીક રૂપીયો ઇત્યાદિકે પ્રાપ્ત કરી લીધો છે. શ્રીમાન મેવા જે શ્રી ગુરુનાથજી તેમના પ્રસાદવડે કરીને યોગની સર્વે પ્રકારે સિદ્ધી પામે છે. શ્રી ગુરુનાથ વગર

અન્ય પ્રકારે યોગની સીધી થતી નથી. ગુરનાથજી વગર વધારે કોઈ રહસ્ય કરવાવાળો આ પૃથ્વી ઉપર નથી એવું જાણે છે તે શીશ્યને આ જાન પીના ભોગની તથા યોગની સીધી પ્રાપ્ત થાય છે. ઇતીશ્રી કબીરજીના આરમો ઉપદેશ: ॥ ૧૨ ॥ શ્રીશુભભવતુ.

इतिश्री आनंदनाथविरचिते अष्टांगयोग
मूलरहस्य समाप्तः



॥ श्लोक ॥

શ્રીનાથાદીગુરુત્રયંગણતીર્થીઠત્રયંભૈરવં
સિદ્ધાવંબદુકત્રયંપદયુગંધુતીક્રમંમણ્ડલમ્ ॥
વિરાદેષ્ટચતુષ્કષ્પટીનવકંવરિાવલિપંચકં
શ્રીમન્માલિનીમન્ત્રરાજસહીતંવંદેગુરોર્મણ્ડલમ્ ॥૧॥



કબીરજીનો યોગ.

ગ્યાનકર ગ્યાનકર ગ્યાનકી આખકર,
ખીચકે આખકુ ખોલ દેણો.

આપકે આપકુ લયકે કારણે,
ગ્યાનદદ નાદકુ સુત લેણો. ॥

મોમકી મુદ્રીકા ડાલ દે કાણુમો,
નાશીકા ગંધ્યકુ વચ્ચ દેણો.

મન્નકુ રોક કર ચીતકુ શાંત કર,
રામકે રૂપકુ નીરખ લેણો ॥ ૧ ॥

નુરકે દેખ કર રતનકુ હાતલે,
આખસે આપણે પરખ લેણો.

કામકુ ઝુગાયકર દોષકુ મારકર,
લોભકુ છાંડકર મોહકુ મુલસે છોડ દેણો. ॥

મહરકુ દયાયકર દંભકુ ટાલદે,
માયા મમતાકુ ત્યાગ કારણો.

કહે કબીર સુનલે મનવા કોઈ સંતજન,
ગુહોરીને આપને આપરકુ બધાઈ લેણો ॥ ૨ ॥

ઇતી શ્રી કબીરજીનો યોગ સમાપ્ત: ॥૧॥



